"દિગંબર જૈન" નો વધારો.

-પુત્રીને-

માની શીખામણ.

(શુભાશુભ પ્રસંગોમાં લ્હાણી કરવાની સર્વોત્તમ વસ્તુ.)

સંગ્રહ કરનાર તથા રચનાર

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી.

અમદાવાદ.

છપાવી પ્રગટ કરનાર

પરીખ લલ્લુભાઈ પ્રેમાનંદદાસ એલ. સી. ઈ.

ઓરસદ હાલ મુંબઈ.

સુધારા વધારા સાથે

આવૃત્તિ ૫ મી. પ્રત ૨૦૦૦

સંવત ૧૯૬૯. સને ૧૯૧૩.

કિંમત મફત.

બોરસદ નિવાસી પરીખ લલ્લુભાઈ પ્રેમાનંદદાસનાં સૈા૦ સ્વર્ગવાસી પત્ની ચંદનલક્ષ્મીના સ્મરણાર્થે "દિગંબર જૈન" પત્રના ગ્રાહકોને છઠ્ઠા વર્ષમાં ત્રીજી ભેટ.

—પુત્રીને—

માની શીખામણ.

"સપ્તપદી"ના રહસ્ય સાથે.

રચનાર તથા સંગ્રહ કરનાર

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી.

અમદાવાદ.

છપાવી પ્રગટ કરનાર

પરીખ લલુભાઈ પ્રેમાનંદ એલ. સી. ઇ.

બોરસદ હાલ મુંબઈ.

આવૃત્તિ ૫ મી. પ્રત ૨૦૦૦

સંવત ૧૯૬૯ સને ૧૯૧૩.

અમદાવાદ.

શ્રી "ડાયમંડ જ્યુબિલી" પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં
પરીખ દેવીદાસ છગનલાલે છાપી.

સ્વર્ગસ્થ **ચંદનલક્ષ્મી** તેમજ બીજી જે જે કુલિન પુત્રીઓએ પોતાની સુશીલતાથી, નમ્રતાથી, અને સ્વભાવની સરલતાથી પિયરમાં અને સાસરામાં સારી સુવાસ મૂકી છે, તેમને આ પોથી અર્પણ કરતાં હું એવી આશા રાખું છું કે આ ન્હાની પણ અત્યંત ઉપયોગી ચોપડી ગુર્જર બ્હેનો પોતે વાંચશે તથા પોતાની બ્હેનોને વંચાવશે, તેમજ એ પ્રમાણે પોતે ઉત્તમ વર્ત્તન કરી બતાવીને પોતાની વહુ દીકરીઓને ઘરસંસારને ઉત્તમ રસ્તે ચડાવશે. આ પોથીની શીખામણોથી પુત્રીઓના અંતઃકરણમાં જે ઉત્તમ ભાવોનું નિર્મળ પાણી સીંચવામાં આવ્યું છે, તે ઉમદા ભાવોના ઉંડા સંસ્કારો માતાઓ પોતાની ગૃહશિક્ષણશાળામાં પુત્રીઓના હૃદયમાં ઉતારવાનો પ્રયત્ન આદરશે તો આપણા હિંદી સંસારને ડંખી રહેલા અનેક કાંટાઓ આપણા માર્ગમાંથી દૂર થઈ આપણા ગૃહસ્થાશ્રમમાં પૂર્વવત્ સુખશાંતિનો વાસ થશે.

પાંચમી આવૃત્તિની પ્રસ્તાવના.

'સાસરચી પાઠવણી' એ નામની એક ન્હાની ચોપડી મરાઠીમાં છપાઇ હતી તે ઉપરથી ભાષાન્તર કરીને આ ઉપયોગી લેખને મુંબઈવાળા રા. વિઠલદાસ લાલદાસ રોહાવાળાએ મૂળ લેખકની પરવાનગીથી સને ૧૯૦૬ માં હજાર હજારની બે આવૃત્તિઓ છપાવી હતી અને લ્હાણી તરીકે વહેંચી હતી. તે પછી તેની ત્રીજી આવૃત્તિની ત્રણ હજાર પ્રતો મેં મારી પુત્રી ચિ. સરસ્વતીના લગ્ન પ્રસંગે છપાવી વૈદ્યકલ્પતરૂના ગ્રાહકોમાં તથા પ્રજામાં લ્હાણી તરીકે મફત વહેંચી હતી.

આ ન્હાની પણ અતિ સુબોધક ચોપડી લોકોને એટલી બધી પસંદ પડી કે તેની જથાબંધ નકલોની માગણી થવા લાગી. પણ એવી રીતે જથાબંધ ચોપડીઓ હમેશાં મફત આપવી, એ મારી શક્તિની બહાર હોવાથી અને છેવટ પડતર કીંમત લઇને પણ પુરી પાડવાની માગણી જારી રહેવાથી માત્ર એક આનાની નામની કીંમત રાખીને તેની ૨૦૦૦ કોપીની ચોથી આવૃત્તિ સને ૧૯૧૧ માં છપાવી લેવાની જરૂર પડી હતી.

બોરસદવાળા પરીખ લલુભાઈ પ્રેમાનંદ એલ. સી. ઈ. નાં સ્વર્ગસ્થ પત્ની ચંદનલક્ષ્મીની પાછળ પુણ્ય કાર્ય તરીકે આ ઉપયોગી અને અસરકારક ચોપડીની બે હજાર પ્રતોની લહાણી કરવાની એમણે અમને માગણી કરવાથી આ પાંચમી આવૃત્તિ થોડો સુધારો વધારો કરીને છપાવી લેવાની અમે એમને પરવાનગી આપી છે.

આ ચોપડી છુટક એક આનાની કીંમતથી અમારા પાસેથી મળી શકશે; અને લહાણી કરવા માટે જેઓ જથાબંધ ઓરડર આપશે તેમને ઓછી કીંમતે અને આખી આવૃત્તિ પડતર કીંમતે છપાવીને પણ પુરી પાડવામાં આવે છે. કુલ ૯૦૦૦ પ્રતો ખલાસ થઇ ગઇ છે.

તા. ૧-૨-૧૯૧૩.
અમદાવાદ.

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર.

—પુત્રીને—

માની શીખામણ.

૧. પરણીને પેહેલી જ વાર સાસરે જતી પુત્રીને માતાએ લુગડાં તથા ઘરેણાં પહેરાવવા માંડયાં. તેમ કરતાં માતાએ દીકરીને કહ્યું કે, "બેહેની ! આ તારા પગનાં સાંકળાં અને ડોકની માળા તપાસી લે." પછી માતાએ પોતાની વહાલી પુત્રીના કપાળમાં કંકુનો ચાંલ્લો કર્યો, અને નવા ફળથી તેનો ખોળો ભર્યો. પુત્રીનો કંઠ ગદ્ગદિત થયો, આંખો આંસુથી ભીંજાઇ, અને તેનાં બિંદુ ગૌર ગાલપર ટપકયાં !

૨. "મા ! માડી !! જાઉં છું" !!! એ એકજ વાકય તે પુત્રીના મુખમાંથી મંદસ્વરે માંડ માંડ નીકળવા પામ્યું; ઇચ્છા છતાં તે વધારે બોલી શકી નહિ; કેમકે તેના કોમળ મનમાં ઠસી રહેલો "માતૃપ્રેમ" પ્રયત્ન કીધા છતાં પણ છૂટતો નહતો. દીકરીને ગળગળી થએલી જોઈ માનું હૈયું પણ ભરાઈ આવ્યું; અને તેણે પોતાની લાડકી પુત્રીને ઘણાજ વહાલવડે પડખામાં ચાંપી. પછી એ સ્નેહાળ માતા પુત્રીને ઉદ્દેશીને મધુર વચનથી બોલી કેઃ—

૩–૪. વહાલી દીકરી ! અત્યારે તું તારા મનમાં જરા પણ ખેદ પામીશ નહિ. તને સાસરે જવામાં વિલંબ થશે; માટે સુખેથી જા ! હું તને મકરસંક્રાન્તિની પર્વણીપર પાછી વેહેલી વેહેલી તેડાવી લઇશ. આંસુથી ભીંજાયલી તારી આંખો સાફ કર. અંતરમાં કશું દુઃખ આણીશ નહિ. તારી સાસુ સરલ સ્વભાવની, દયાળુ, અને એક ખરેખરી સાધ્વી સ્ત્રી છે; અને તે તને સુભાગ્યે સાંપડી છે. જગત્માં

એની જોડી નથી ! જ્યારે ત્યારે "વિજયાલક્ષ્મી !" મ્હારી "વિજયાલક્ષ્મી !" એમ કરતાં કરતાં એ જાણે હર્ષ ઘેલી થઈ જાય છે ! માટે તું પણ જેવો ભાવ અને પ્રેમ મારા પ્રત્યે રાખે છે એવોજ તારાં સાસુ તરફ પણ રાખતી રહેજે.

૫. લાડકવાયી દીકરી ! મેં તને જન્મ આપીને આજલગી તારૂં લાલનપાલન કર્યું. પણ તારા આખા ભવની માલેકી તો એ તારાં સાસુજીની જ છે. હવે પછી તારે માટે જે કાંઈ સુખ દુઃખ સરજાયલું હોય તે તારા સાસુ તરફનું છે. હવે તારી ખરેખરી માતા એજ છે, એમ માનીને તું હાલમાં થતા દુઃખ શોકને વિસારી દે.

૬. સાસુઓને માટે લોકોમાં એવો ખોટો ખ્યાલ બેસી ગયો છે કે, તે વહુઓને સતાવનારી, નઠારી બુદ્ધિવાળી અને કઠોર વચનના પ્રહાર કરનારી હોય છે; પરંતુ આવા ખોટા તેમજ કલ્પિત વિચારોથી તું તારા અંતઃકરણને કદી અભડાવીશ નહિ. કેમકે, હે દીકરી ! "એકજ હાથે કયાંય પણ તાળી પડતી નથી."

૭. મીઠાં અને મધુર વચનો બોલવાથી સામો પડઘો પણ એવોજ મીઠો અને મધુર સંભળાય છે; અને જો કડવાં વેણ ઉચ્ચારીએ તો પ્રતિધ્વની પણ કડવોજ સંભળાય. જો આપણે જાતેજ વિનય તથા વિવેક રાખીએ તો આપણી સઘળી મનકામના સહેલાઇથી પુરી થાય; અને જો આપણે બીજાનું દીલ દુઃખવીએ તો તેના બદલામાં આપણને તિરસ્કારજ ખમવો પડે.

૮. સાસરે જઇને લાજ મર્યાદાથી રહેજે. તારી જે ફરજ હોય તે પુરેપુરી બજાવજે. સાદાઈ અને સલુકાઇથી વર્તજે. ફલાણું આપો અને ઢીંકણું અપાવો, એવો હઠ કરી કોઇની આગળ તું કાંઇ પણ માગીશ નહિ. ભોજન વખતે તારા ભાણામાં જે કાંઈ પીરસાય તે રૂચીના પ્રમાણમાં જમજે. તને કહેલાં આ સર્વ લક્ષણો લોકોમાં પ્રિય થઇ પડવાને માટે બહુ ઉપયોગી છે.

૯. સવારમાં સર્વની પહેલાં ઉઠજે, અને સર્વ સુતા પછી રાત્રે સુજે. ઘરનાં વાસણકુસણ માંજીને સાફ ચળકતાં રાખ્યા વગર ક્યાંય પણ બહાર જઇશ નહિ. ઘરના કામકાજમાં કદી આળસ રાખીશ નહિ. ધર્મ–નીતિ–ના ઉત્તમ ગ્રંથો વાંચવાનો નિયમ રાખજે, અને રાત્રે બિછાને જતાં શ્રી હરિનું સ્મરણ કરજે, તેમજ શ્રી હરિને ભાવથી નમજે.

૧૦. તારાથી બની શકે એવા ઘરધંધાનાં સઘળાં કામો તું પ્રસન્ન મનવડે કરજે. સાસરિયાના ઘરનાં સર્વ બાળકોને નિદ્રા આવે ત્યારે એમને સંભાળથી સુવાડજે; તથા એમની આગળ બેસી હાલરડાં ગાજે. એ બાળકો જ્યારે જાગતાં હોય ત્યારે કેડમાં તેડી લઇને તારા ઘરનું રાચરચીલું દેખાડતી એમને વિધવિધ રમતોથી રમાડજે.

૧૧–૧૨. "આ તો સદાનું રડતું છે. આ છોકરૂં કજીયાખોર છે, આના નાકમાંથી લીંટ વહે છે, આની આંખોમાં તો ચીપડા આવેલા છે, આ તો વારંવાર ગબડી પડે છે, આના માથામાં ખાડો છે, આ કેડ ઉપર સરખું બેસતુંએ નથી. આ છોકરૂં ઝબલાં ફાડે છે." એવાં એવાં કડવાં વેણ બોલીને કોઇને દુભાવીશ નહિ. સાસરિયાનાં છોકરાંઓને તું કદી પણ ધમકાવીશ નહિ કે મારીશ નહિ. "કેમ રે એ છોકરા! તોફાન કેમ કરે છે?" એવી બુમ ઉંચે સાદે તું પાડવાનું શીખીશ નહિ. અને ક્રોધના આવેશમાં કોઈ બાળકને તું પછાડીશ નહિ કે તરછોડીશ પણ નહિ. મીઠા મીઠા બોલ બોલીને એ બાળકોના કોડ તું પુરા કરજે. કેમકે ઉત્તમ સ્વભાવ છે તે પશુ પક્ષીઓને તેમજ ન્હાનાં બાળકોને બહુજ ગમે છે.

૧૩. એ બાળકોને રોજ સારી રીતે નવડાવીને સ્વચ્છ રાખજે. પછી ધોયેલાં વસ્ત્ર હોય તે પહેરાવજે અને બાકીનાં ખીંટી ઉપર રાખજે. જગ્યા, શરીર અને છોકરાં, એ ત્રણ મેલાં હોવાં એ લોકોમાં

એક જબરૂં દૂષણ ગણાય છે; અને સ્વચ્છતા તથા શુદ્ધતા છે તે અનેક રોગોને હરનાર મહાભૂષણ રૂપ છે.

૧૪. પ્રભાતમાં વહેલી ઉઠી ઘરને ઝાડીઝુડી તથા લીંપી ગુંપી ચોખ્ખું રાખજે, સ્વસ્તિક (સાથિયા) પૂરજે, અને એવી રીતે પૂરજે કે જેને આવતા જતા લોકો ઉભા રહીને જોયા કરે.

૧૫. તુળશીના ક્યારાની એવી સંભાળ રાખજે કે તેને જોતાંજ પ્રસન્ન થાય. ફુલઝાડોને પણ રૂડી રીતે ઉછેરજે; અને જ્યારે તેને ફુલ આવે ત્યારે એ ખીલેલાં ફુલો વીણી લઇને તેનો લાંબો હાર ગૂંથજે.

૧૬. માથાના આગલા વાળ એવી રીતે ઓળજે અને અંબોડો એવી રીતે બાંધજે કે જેથી તારી ગણના સભ્ય (સારી) સ્ત્રીમાં થાય. કપાળમાં કુંકુમનો ચાંલ્લો શ્રદ્ધા રાખીને કરજે; તે તદ્દન મોટો પણ નહિ અને છેક ઝીણી ટીપકીએ નહિ, એવી મધ્યમ રીતે કરજે. વળી તે ચાંલ્લો લોકોમાં સજ્જનતાની છાપ પાડે એવોજ કરજે.

૧૭. કેટલીક છાલકી છોકરીઓ કાંચળી તંગ–કસકસતી–પહેરે છે. પણ તું એવાં એવા ઢંગ શીખીશ નહિ. સાદી તથા સભ્યતાવાળી રીતિ ધારણ કરજે; અને રૂડી રીતે ચાલી પીયર તેમજ સાસરિયાંના કુળની કીર્તિને નિત્ય વધારતી રહેજે.

૧૮. ઘણાં ઘરેણાં પહેરવાની તૃષ્ણા તું રાખીશ નહિ. મનમાં હમેશાં સદ્ગુણોનીજ ઇચ્છા રાખજે. પતિની સેવા ચાકરી ઉમંગથી કરવી, તેની આજ્ઞા પાળવી, અને તેની સાથે નમ્ર વચનથી બોલવું એજ સ્ત્રીઓનો ખરો શણગાર છે, એમ તું નિશ્ચય જાણ.

૧૯. શાક ભાજી, રૂચિ ઉપજાવે એવાં અથાણાં રાયતાં ચટણી તથા ભાતભાતનાં પકવાનો કાર્યે પ્રસંગે કરી તારી પાકશાસ્ત્રની પ્રવિણતા અને ચતુરાઇનો ચિતાર લોકોને આપતી રહેજે. રસોઇના

કામથી પરવારીને અવકાશના વખતમાં ઝબલાં, ટોપીઓ, ચણીઆ અને કાંચળીઓ વિગેરે તું શીવજે. સ્ત્રીજાતિએ કદી નવરાં બેસવું નહિ, એ વાત તું ભુલીશ નહિ.

૨૦. ઘર માંહેલાં ન્હાનાં બાળકોને તારી પાસે બેસાડીને એમને રમુજ સાથે શીખામણ મળે એવી વાતો તું સંભળાવતી જજે. થઈ ગયેલા પરાક્રમી પુરૂષોની કથા બાળકોને તથા સતી સ્ત્રીઓની કથા બાળકીઓને તું રસભરી વાણીથી સમજાવજે. છોકરાંઓ આગળ જોડી કાઢેલી એવી કલ્પિત વાતો તેમજ ભુત, પ્રેત, પિશાચ અને રાક્ષસોની વહેમી તથા ભડકાવનારી વાતો કહીને એ બાળકોને તું બીકણ બનાવીશ નહિ. હંસ જેમ પાણીમાંથી દુધને જુદું પાડી લે છે તેમ એવી વાતોમાંથી નીતિ તથા સદાચરણનો સાર લઇને તે સંભળાવજે. એથી ઉલટી રીતે સાંભળનારને કંટાળો ઉપજે એવી ઢબમાં વર્ણન કરવાની ટેવ તું રાખીશ નહિ.

૨૧. **"સતીને પતિ વિના બીજો કોઈ દેવ આ લોકમાં નથી,"** એવી દૃઢ ભાવના તું તારા ચિત્તમાં હમેશાં જાગૃત રાખજે. વિવાહને લોકો એક ભારે વજનની બેડી સમજે છે, પણ ખરૂં જોતાં તે એક અમૃતનો પ્રવાહજ છે !

૨૨. લગ્નના વિધિ વખતે પતિ તરફથી જે સદ્બોધ સ્ત્રીને મળે છે તે દરેક સાધ્વી સ્ત્રીઓને પોતાના પ્રાણથી પણ વધારે કિમતી ગણીને ગોખી રાખવા જેવો હોય છે; માટે એ ઉપદેશ ઘણા જ માન સાથે સ્ત્રીએ માથે ચઢાવીને મનમાં તેનું વારંવાર સ્મરણ કર્યા કરવું.

૨૩. લગ્નનું ચોઘડીયું વીતી જવાની ફિકરમાં લોકો સઘળી રીતે ગડબડ કરી મેલે છે, અને મંત્ર ભણતા બ્રાહ્મણોનાં અમૂલ્ય વચનો પુરાં પાધરાં સાંભળવાની કે સમજવાની કોઇ દરકાર પણ કરતાં નથી.

તે વખતે જે જે પવિત્ર મંત્રો ભણાય છે તેનો સરળ તથા ખુલ્લો અર્થ વરકન્યાને સમજાવવાની કોઈ ખાસ કાળજી રાખતા નથી! પુત્રી! એ ભણાતા મંત્રોનું રહસ્ય હું જે જાણું છું તે તને કહું છું, માટે શાંત ચિત્તે સાંભળ; કેમકે તે તને કલ્યાણદાતા છે.

૨૪. લગ્ન વખતે પતિ પત્નીને ઉદ્દેશીને કહે છે કે: "હે સ્ત્રી! તું મને અતિ આદરથી વરે છે. હે ચતુર સ્ત્રી! તું મારી સંગાથે રહીને વૃદ્ધ થવાની છે. તને સૌભાગ્ય આપવા માટે તારા હાથનું હું ગ્રહણ કરૂં છું—તારો 'હાથ ઝાલું છું. આપણા ઘરના રક્ષણ માટે દેવોએ તને મારે સ્વાધીન કરી.

૨૫. પતિ કહે છે:—"હે અગ્નિ! આ વધુ (સ્ત્રી) આજ લગી જન્મ આપનારાં માતાપિતા પ્રત્યે પ્રેમ રાખે છે. હવે તે તે પ્રેમ મારાં માતાપિતા તરફ રાખે માટે એનું મન તું સત્વર ખેંચી લે. આ સ્ત્રી મારા કુળ સાથે જોડાઇને, પ્રેમને વધારે, સુખમાં તેમજ આનંદમાં વર્તે અને મારા પ્રત્યે પ્રીતિવાળી થાય, એવી સદ્બુદ્ધિ એને આપો."

૨૬. પતિ સ્ત્રીને કહે છે કે, "તું ઋગ્વેદ છો તો હું સામવેદ રૂપે છું; હું આકાશરૂપ છું તો તું પૃથ્વી સ્વરૂપ છો. બ્રાહ્મણો તથા અગ્નિ સમક્ષ આપણે લગનનો કરાર પુરો કરીએ; અને સુખમાં રહીને ઉત્તમ પ્રજા ઉત્પન્ન કરીએ."

૨૭. વળી પતિ કહે છે:—"આપણે એક બીજા ઉપર શુદ્ધ પ્રેમ રાખીશું. એક બીજાનાં રૂપ ગુણ ને મન ગમતાં છે એમ માનશું. કપટ તજીને ખુલ્લા દિલથી વર્તશું, અને હે સ્ત્રી! આપણે સંપૂર્ણ આયુષ્ય ભોગવીને સો વર્ષ સુધી જીવશું!"

૨૮. હવે **"સપ્તપદી"** નો વિધિ આવે છે. ત્યાં પતિ કહે છે કે:—"હે પ્રિયા! આ પત્થર ઉપર ચઢીને એ પત્થર જેવું તારૂં મન

તું દૃઢ કર. જેઓ ન્યાયને તજીને અણુહિત કરે તેઓને તારા સદા-ચરણોથી તું વશ કર."

૨૯. સાત પગલાં ભરતાં વરકન્યાને મહાન સુખ મળે છે, માટે પોતાની એ સપ્તપદીનો વિધિ પતિ પોતાની સ્ત્રીને ઉપદેશના રૂપમાં કહે છે.

૩૦. એ સપ્તપદીના દરેક પગલે નવો ધર્મ ઉપજે છે, અને એ દંપતિધર્મ આગળ જતાં નદીની માફક વધતો જ જાય છે. સપ્તપદીની ક્રિયા વખતે પતિ દરેક પગલું ભરતાં પત્નીને જે કહે છે તે, માતા કહે છે, હે દીકરી ! તું શ્રદ્ધા રાખીને સાંભળ.

"સપ્તપદી" નો સાર.

૩૧. પતિ કહે છે; " હે સ્ત્રી ! આજે આ એક પગલું તું મારી સાથે ચાલી, તેથી આપણી વચ્ચે એક પ્રકારનો નવીન સ્નેહ સંબંધ બંધાયો. તું મને મદદગાર થઇને અન્નની પૂર્તતા કરજે. તને શતાયુ (સો વર્ષ જીવનારા) એવા ઘણા પૂત્રો ઈશ્વર આપો ! "

૩૨. " તું બે બગલાં ચાલી; અને આપણો સ્નેહ વૃદ્ધિને પામ્યો. ચંદ્રકળાની માફક પ્રેમબુદ્ધિ વધતી જાય છે. હે સ્ત્રી ! તું મારા બળમાં વધારો કર."

૩૩. " હે પ્રિયા ! હવે આ ત્રીજું પગલું ચાલે છે. સુખપૂર્વક મારા ધનમાં વધારો કર; અને આ ચોથે પગલે મારા સુખની વૃદ્ધિ કર. "

૩૪. "હવે જો આ પાંચમું પગલું ચાલીએ છીએ. તું સંતતિનો વધારો કરજે. આ હવે તેં છઠું પગલું ભર્યું. જેમ આ ઋતુઓ ભોગ આપે છે તેમ તું પણ આપજે."

૩૫. "આજે અમે આ સાતમું પગલું ભરીને પતિપત્ની વચ્ચેનું જે સાચું સુખ ગણાય છે તે અમારા મનમાં દૃઢ કરીને સ્થા-

પ્યું. હે ભાર્યા ! આપણે પરસ્પર શુદ્ધ પ્રીતિથી રહીને ગ્રહસ્થાશ્રમનાં સઘળાં કાર્યો સલાહસંપથી કરીશું."

૩૬. "હે સુશીલ સ્ત્રી ! મારા વિચારોને સદા તું માન આપજે. સઘળા લોકો પ્રત્યે સમાન નજરે નિહાળજે. મને દુઃખ ઉપજે એવું કોઇ પણ કામ તું કરીશ નહિ, ભલે સુખેથી તું મારી સાથે રહે. આપણું કલ્યાણ થશે, એ તું સત્ય કરીને જાણ."

૩૭. "મારા પાળેલા જે પશુ પક્ષિઓ છે તેને વેળાસર ચારો તથા પાણી આપીને એની રક્ષા (રક્ષણ) કરજે. એમને સંતુષ્ટ રાખજે અને તું પણ સંતોષથી રહેજે. કયારે પણ તારા ચિત્તને તું ચંચળ થવા દઇશ નહિ."

૩૮. "આજે તને મેં જે કહેલું છે તે લક્ષમાં રાખીને હમેશાં ચાલજે, એટલે તું લોકપ્રિય થઇશ; તારી ઉપર કીર્તિનું છત્ર ધરાશે; અને હે સ્ત્રી ! તને દિવ્ય પુત્રોની પ્રાપ્તિ થશે."

૩૯. "સાસુ સસરા સાથે વિવેક તથા વિનયથી વર્તીને એમની સેવામાં સદા તત્પર રહેજે; અને એ બન્નેની માનીતી થઇને જશ લેજે. દીયર, દેરાણી તથા નણંદ સાથે જુદાઇ જાણ્યા વિના શુદ્ધ ભાવથી વર્તજે; અને સઘળાઓને રાજી રાખી આ પ્રપંચ (સંસાર) નો પવિત્ર કારોબાર તું મારી સાથે રહીને ઉત્તમ રીતે ચલવજે."

૪૦. "શાણી સ્ત્રી ! તું મારા કુળનું ભૂષણ છો. તારી ભાવી સંતતિનું કલ્યાણ થજો. તું આ ઘરની ધણીયાણી છો. એ ઘરમાં તું સદા સાવચેતીથી પણ નમ્રપણાથી રહે."

સપ્તપદીને અંગે પતિનો ઉપદેશ સમાપ્ત.

---

૪૧. સાસરે જવા નીકળેલી પુત્રીને માતા કહે છે કે, "હે દીકરી ! ઉપર જણાવ્યા મુજબ તારા પતિ સાથે લગ્ન સમયે જે જે

કોલકરાર થયા છે, અને જે જે પ્રતિજ્ઞાઓ લેવાઇ છે, તથા પતિ તરફથી ઉપર વર્ણવ્યા પ્રમાણે તને જે જે ઉપદેશ મળેલો છે તે સર્વને તું કદી વિસારીશ નહિ; પણ તેને તારી જીવનદોરી માફક તું સદા જાળવી રાખજે; અને એજ ધોરણને અનુસરી ઘરસંસારમાં તારૂં આચરણ સરલ તેમજ પવિત્ર રાખજે.

૪૨. વડીલોની આજ્ઞા માથે ચઢાવીને ભક્તિ સહિત એમની સેવા કરવી; દેર તથા દેરાણી માટે મનમાં અદેખાઈ ઉપજાવવી નહિ; નોકર વર્ગ ઉપર તું માતા સરખી મમતા રાખજે; અને તારા સસરાના ઘરના ધનવૈભવને જોઇને તું અભિમાનથી મનમાં ફુલાઇ જઈશ નહિ, કે તંગી જોઇને અકળાઇશ નહિ.

૪૩. ધર્મ-નીતિના ઉપદેશનાં પુસ્તકો તું અવકાશની વેળાએ વાંચવાનો મહાવરો રાખજે; પરંતુ દંતકથાઓ અને શૃંગારરસથી ભરેલાં નાટકોને તું હાથ સરખોએ લગાડીશ નહીં. કોઈ કોઇ વાર તાલ તથા સૂર પ્રમાણે તું નિર્દોષ ગીતો ગાજે, અને કયારેક મનોરંજક એવાં નવાં ગીતો પણ તું જોડતી રહેજે.

૪૪. પુત્રી! તારા ધણીની આવકનો વિચાર કરીને તેના પ્રમાણમાં ઘરનો ખર્ચ રાખજે; જો તેમ નહીં કરે તો પછી આગળ જતાં તને દ્રવ્ય સંબંધી સંકોચ ભોગવવો પડશે. પુરૂષજાતિમાં ઘણું કરીને ઝીણી નજર હોતી નથી, અને ઘટતી હદમાં કરકસર રાખવી એ સ્ત્રીઓને લાભકારક છે, બલ્કે સ્ત્રીવર્ગની એ એક ખાસ ફરજ છે.

૪૫. ઘરમાં નોકરો–ચાકરો હલકી પંક્તિના–જાતિના હોય છે, અને એઓ શાક ભાજી વિગેરે વસ્તુઓ બજારમાંથી ખરીદી લાવવામાં ઠગાઇ વાપરે છે. એટલા માટે એ તારા નોકરો જે જણસો બહારથી વેચાતી લાગે તેનું તોલ તથા માપ તું કોઇ કોઈ વાર

તપાસી જોવાની ટેવ રાખજે; એટલે એઓના મનમા ધાક રહેશે. પણ એ ચાકરો સાથે વારંવાર તું તકરારમાં ઉતરતી જઇશ નહિ.

૪૬. નોકર વર્ગ સાથે એવી કુશળતાથી વર્તજે કે તે તને ડાહ્યી તથા ઠરેલ ઘરધણીયાણી માને; અને એમના મનમાં તારે માટે માન રહે. ઘરની આવકનો હિસાબ બરાબર રાખજે, અને હે પુત્રી! ગૃહિણી એ નામને-પદને તું સાર્થક કરજે.

૪૭. બજારભાવની અંદર કેટલીકવાર જાણવા જોગ વધઘટ થઇ જાય છે, ત્યારે નફા નુકશાનનો વિચાર કરીને તારા ઘરમાં અનાજ સંઘરી રાખજે. ધનનો ઉપયોગ યોગ્ય વખતે કરીને તું ઉદાર ગણાજે, પણ ધન છે માટે સાહસ કરીને અકાલે દીવાળી કરીશ નહિ એટલે ઉડાવી દઇશ નહિ.

૪૮. ટીપે ટીપે સરોવર ભરાય છે, કાંકરે કાંકરે પાળ બંધાય છે, અને નાનાં નાનાં પાટીયાં ગોઠવતાં એક મોટું વહાણ બને છે, તેમ અકેક પૈસો ભેગો કરવાથી ગરીબ હોય તે પણ ધનવાન થાય છે; માટે આ સઘળું સમજી લઇને તું તારા ઘર સંસારના ખર્ચમાં ઘટતો ફેરફાર કરજે.

૪૯. તારી શક્તિ પ્રમાણે તારે હાથે દાનધર્મ કરતી રહેજે; કેમકે પરોપકાર સરખું બીજું એકે પુણ્ય નથી. અનાથ, નિરાધાર અને અપંગ લોકોને અન્ન, વસ્ત્ર તથા ધન આપવાથી તે આપનારને પુણ્ય પ્રાપ્ત થાય છે.

૫૦. તારા ઘરની જે કુળ પરંપરા રીત ચાલી આવી હોય તે તું પણ શ્રદ્ધાથી ચલવજે. તેનું રહસ્ય સમજ્યા વગર તેને સાહસથી વગોવવાની ભુલ કરીશ નહિ. સ્ત્રીઓને માટે જે વ્રત તથા નિયમો કરવાના હોય તે તું પાળજે; અને જ્યાં ભક્તિ છે ત્યાં ઈશ્વર હંમેશાં વસે છે, એમ તું જાણજે.

૫૧. શાંતિને છોડીશ નહિ; રીસાઇને બેસીશ નહિ; સ્વચ્છંદ રીતે વરતીશ નહિ; લાજ મર્યાદા તજીશ નહિ; નવરી બેસી રહીશ નહિ; કોઇ પાસે કાંઈ માગીશ નહિ; ક્રોધનાં વચન બોલીશ નહિ; હઠ કરવાનું શીખીશ નહિ; છાનુંમાનું ચોરીને ખાઇશ નહિ; એકલી ક્યાંય જઇશ નહિ, અને પારકા પુરૂષને જોઇને એની સાથે હસીશ નહિ; એકાંતમાં વાત કરવાની ટેવ રાખીશ નહિ.

૫૨. પુત્રી! આ લોકની અંદર પતિ એજ સ્ત્રીનો દેવ છે, એ તું કદી પણ ભુલીશ નહિ; અને એ પતિ રૂપી ઈશ્વરની કૃપાવડેજ સ્ત્રીઓને સર્વ સુખો આવી મળે છે. માટે પતિની આજ્ઞા પાળવામાં તું સદા તત્પર રહેજે. અંતરમાં એને વિષે શુદ્ધ પ્રેમ રાખીને તારૂં તન તથા મન એ પતિનેજ અર્પણ કરજે.

૫૩. પ્રતિવ્રતપણા જેવો બીજો ઉત્તમ ધર્મ સ્ત્રીજાતિને માટે નથી. પતિની સેવાથી સ્ત્રીને આ લોકમાં સુખ અને પરલોકમાં ઉત્તમ ગતિ મળે છે. પતિ અને પત્ની એક વિચારનાં થઈ સલાહ સંપથી આ સંસાર ચલવે તો તે સંસારરૂપી સમુદ્રને સ્વર્ગના સુખોથી પણ અધીક એવા અનેક ઉત્તમ સુખોની ભરતી આવે છે.

૫૪-૫૫. કેટલીક સ્ત્રીઓ કાનમાં મંત્ર ફુંકાવી અન્યને ગુરૂ કરવા ચાહે છે; કેટલીક સ્ત્રીઓ રોજ ઉઠીને બાવાજીની પાછળ ભમતી ફરે છે; પણ તું યાદ રાખજે કે, એ બધાં તોફાનો પેટ ભરનારા ઠગારાઓએ રચેલાં છે! પુત્રી! તને હજી દુનિયાનો પુરેપુરો અનુભવ મળેલો નથી, માટે આ બધું હું સમજાવું છું, એવા લોભાગુઓની જાળમાં તું લપટાઇને ફસી પડીશ નહિ; પણ તારા પતિ તરફના પ્રસાદની હમેશાં ઇચ્છા રાખજે. પતિની સેવા કરજે, તેને સાત્વિક રસોઇ કરીને જમાડજે, અને સદાચરણથી ચાલી એનેજ પ્રસન્ન કરવાનો પ્રયત્ન કરતી રહેજે.

૫૬. પોતાના પતિ પ્રત્યે જે સ્ત્રીઓ ભક્તિભાવથી વર્તે છે, તે સ્ત્રીઓને આ દુનિયામાંજ મુક્તિ–મોક્ષ મળે છે. આથી વધારે તને બીજું શું કહું ? એટલુંજ કે તું પણ લોકોની પ્રશંસા મેળવવાને પાત્ર થજે.

૫૭. કદાચ કોઇક વાર પતિના મનમાં ક્રોધ ઉપજે, અને તે તને કડવાં વચન કહે, તોપણ તું તારા મનમાં તેનો ખેદ માનીશ નહિ, પણ શાંતિ ધરજે. પતિ તરફથી તને કાંઇ અપમાન ખમવું પડે તો તે પણ તું સહન કરજે; પરંતુ એમને સામો ઉત્તર વાળીશ નહિ.

૫૮. પુત્રી ! આ મન છે તે અતિ ચંચળ છે, તેને વિવેકરૂપી પાશથી એટલે સારાસાર વિચાર રૂપી દોરીથી તું બાંધીને કબજે રાખજે. તને જે કાંઈ મળે તેમાં સંતોષ પામજે; કેમકે સંતોષમાંજ સુખ સમાયલું છે.

૫૯. વહાલી પુત્રી ! વખત બહુ થઇ ગયો છે માટે હવે સુખેથી જા ! અને તારે માટે તૈયાર રાખેલા વાહન (ગાડી) માં બેસ. હવે તારા મનમાં તું જરા પણ દિલગીર થઈશ નહિ.

૬૦. માતાએ રજા આપવાથી સાસરે જવા માટે વસ્ત્રો તથા આભૂષણ સજીને ઉભેલી બાળા પોતાની જનનીના ચરણને આંસુથી ભીંજાયલી આંખો સહિત નમન કરી ગાડીમાં બેઠી. ગાડી જેમ જેમ દુર જતી ગઇ તેમ તેમ તે તરફ માતા એકી નજરે જોવા લાગી. સાસરે જતી પુત્રીનાં નેત્ર રડી રડીને લાલચોળ બનેલાં છે; અને માતાના અંતરમાં ઘોળાઈ રહેલા એ વખતના વિચારોનો ચિતાર એ અથવા એવી માતાઓ શિવાય આબેહુબ રીતે બીજુ કોણ આપી શકે એમ છે ? કન્યાને લઇ જતી એ ગાડી ધીરે ધીરે અદૃશ્ય થઇ અને માતા પણ આંસુથી ભીંજાયલી આંખો વસ્ત્રવડે લુતી લુતી ઘરમાં પાછી ફરી !

“દીકરી ને ગાય દોરે ત્યાં જાય.”

કૌટુમ્બિક સ્વાસ્થ્ય અથવા આરોગ્ય.

(લખનાર—વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર)

"ગૃહસ્થાશ્રમ રૂપી મહેલ એ શારીરિક આરોગ્યતાના અને માનસિક શાંતિના પાયા ઉપર મજબૂતપણે ઉભો રહે છે."

માનસિક શાંતિ તથા શારીરિક આરોગ્ય સંબંધમાં પુત્રીઓને શીખામણ.

પુત્રીઓ! બહેનો! પરણીને સાસરે ગયા પછી એટલે ગૃહસ્થાશ્રમની નવી જીંદગીમાં પગ દીધા પછી તમારા ઉપર શી શી જવાબદારીઓ આવે છે, તે તમો જાણો છો? તમારાં માબાપોએ તમને તે માટે કાંઇ દિશા બતાવી છે? તમારે ગૃહિણી બનવાનું છે અને ઘરનો કારભાર ચલાવીને વડિલો, કુટુંબીઓ, સંબંધીઓ અને સમગ્ર જનસમાજ પ્રત્યે તમારે ઘણી ફરજો બજાવવાની છે, એ વાત તમને સમજાવવામાં આવી છે? હાલના હિંદી સંસારમાંથી ગૃહસ્થાશ્રમના ઉત્તમ ભાવોની અને ફરજોની દિશા કાંઇક ભૂલી જવાઇ છે. સાસરે જઇ સાસુ સસરાથી સ્વતંત્ર બનવું, સ્વચ્છંદપણે વર્ત્તવું, ખાવું પીવું અને એશઆરામ કરવો, એમાંજ ગૃહસ્થાશ્રમની સર્વ સફળતા હાલનાં જુવાન જોડાંઓએ માની છે. આવી ભૂલભરેલી માનિનતાથી સંસારનું ગૈારવ ઘણુંક નષ્ટ થયું છે અને ખરૂં સુખ ખોવાયું છે. માટે તમારે સાસરે જઇને કેમ વર્તવું એ સંબંધમાં હુ તમોને થોડી શીખામણો આપું છું, તે તમો નિત્ય સ્મરણમાં રાખજો; અને એ પ્રમાણે વર્ત્તશો તો તમારો સંસાર સુખરૂપ થશે અને ગૃહસ્થાશ્રમ સફળ થશે.

૧. બહેનો! ગૃહસ્થાશ્રમના ઉંબરામાં પ્રવેશ કરતાંજ તમારે તમારૂં, તમારા પતિનું તથા તમારાં સાસરીયાંનાં સર્વ મનુષ્યોનું આ-

રોગ્ય કેમ સચવાય તેનો સૌથી પ્રથમ વિચાર કરવો. આ વિચારમાં એકલા શારીરિક આરોગ્યનોજ સમાવેશ થાય છે; એમ માનશો નહિ, મનના આરોગ્યનો પણ તેમાં સમાવેશ થાય છે; કેમકે મનની શાંતિ વિના શરીરનું ખરૂં આરોગ્ય મળી શકતુંજ નથી.

૨. આરોગ્ય કાંઇ એકલા ઔષધથી મળતું નથી; આરોગ્ય માત્ર સારા ખાનપાનથીજ મળે એવું કાંઇ નથી; ચોખી હવા, ચોખું પાણી, અને અજવાળું મળે એટલે સંપૂર્ણ આરોગ્ય મળી ચૂકે, એમ પણ કહેવાય નહિ; આરોગ્ય માટે આ સર્વ વાતો જરૂરની છે જ, પણ મારે તમને એક વિશેષ વાત કહેવી છે. એ વાત ઉપલી સર્વે વાતો કરતાં પણ વધારે જરૂરની–વધારે મહત્વની છે. મનની શાંતિ એ ગુણ આરોગ્ય માટે બહુજ જરૂરનો છે. શાંતિમાં ઘણી વાતો આવી જાય છે. એમાંની કેટલીક વાતો હું કહું છું તે તમો ધ્યાનથી સાંભળો:–

(૧) તમારે ઘરમાં કોઇ દિવસ ઉંચે સાદે બોલવું નહિ; ઘરમાં કોઇની સાથે આકરા સ્વભાવથી કે ક્રોધથી બોલવું નહિ.

(૨) તમારા ઉપર કોઇ ક્રોધ કરે કે તમને કાંઇ કડવું વચન કહે તો તે શાંતિથી સહન કરી લેવું, અને એ ક્રોધરૂપી અગ્નિ બળતો હોય તેમાં તમારે કડવાં વચનરૂપી ઘી હોમીને બળતાને વધારવું નહિ, પણ શાંતિ, સહનતા અને મીઠાં વચનોરૂપી પાણી રેડીને એ ક્રોધને શાંત કરવો. તમે તેમ નહિ કરો તો કલેશરૂપી અગ્નિ મોટા ભડકામાં સળગશે અને તમારા આખા ઘરની શાંતિનો અને સુખનો નાશ થશે.

(૩) બહેનો ! તમે 'વશીકરણ' સંબંધી વાત સાંભળી છે ? અજ્ઞાન લોકો કહે છે કે આ વહુએ તો પોતાના પતિને વશ કર્યો છે, અને તેનો પતિ તથા સાસુ સસરો વગેરે ઘરનાં સૌ વહુનેજ દેખે છે અને તેનુંજ માને છે. એમ બોલીને વધારે એમ પણ કહે છે કે વહુએ કાંઇ કામણ કર્યું છે. અજ્ઞાન લોકો વશીકરણનો આવો અવળો

અર્થ કરે છે. પણ હું તમને કહું છું કે તમો તમારા રૂડા સ્વભાવથી, મીઠાં વચનોથી, અંતઃકરણના ખરા પ્રેમભાવથી અને આજ્ઞાંકિતપણાથી તમારા પતિને તથા સાસુ સસરા વગેરે સૈાને પ્રસન્ન રાખો, એજ વશીકરણ વિદ્યા છે અને એ વશીકરણ વિદ્યા કુલિન વધુઓનો મોટો શણગાર છે. તમારે તમારા પતિની તથા સાસરીઆંની પ્રીતિ મેળવવા હોય તો સારો સ્વભાવ, શાંતિ, સહનતા, અને સર્વના ઉપર પ્રેમ, એટલા સદ્દગુણો ધારણ કરવા,• અને એજ ખરૂં 'વશીકરણ' છે.

(૪) બહેનો! પુત્રીઓ! તમે પ્રેમની મૂર્તિઓ છો; નિર્મળ પ્રેમ અને પ્રણય એજ તમારો ખરો શણગાર છે. તમે સર્વત્ર સર્વના ઉપર પ્રસન્ન ચિત્ત રાખો એટલે તમારા ઉપર સૈા પ્રસન્ન રહેશે. મધુરતાનો બદલો મધુરતા છે, અને કડવાસનો બદલો કડવાસ છે, એ વાત તમારે કદિ પણ ભુલવી નહિ.

(૫) ઈર્ષ્યા અથવા અદેખાઇ એ તંદુરસ્તીનો મોટો શત્રુ છે. જે ઘરમાં સ્ત્રીઓ એક બીજાની ઈર્ષ્યા કરીને બળે છે તેમનાં શરીર વગર અગ્નિએ સુકાતાં જાય છે. માટે કોઇની અદેખાઇ કરશો નહિ. બીજાનું સુખ દેખીને તમો સુખી થજો; દેરાણી, જેઠાણી કે પડોસણને સુખી જોઇને રાજી થજો.

૩. બહેનો આવી રીતે શાંતથી, પ્રેમથી અને સરલ સ્વભાવથી તમો સૈાની સાથે વર્તશો તો મનની શાંતિ સાથે તમારા શરીરની પણ શાંતિ રહેશે અને તમે અનેક દરદોમાંથી મુક્ત રહેશો. કલેશ અને કંકાસથી અનેક દરદો પેદા થાય છે, અને પછી સંસાર ખારો ઝેર થાય છે. એ વાત ખાત્રીથી માનજો.

૪. મનની શાંત એટલે તંદુરસ્તી માટે મારે તમને કેટલાક નિયમો કહેવા છે. તેમાં સ્વચ્છતા—સુઘડતા એ સૈાથી પહેલો નિયમ

છે. બહેનો ! વસ્ત્રાલંકાર એ શરીરને જેટલી શોભા આપે છે, તેના કરતાં સુઘડતા વધારે શોભા આપે છે, એટલુંજ નહિ પણ અનેક દરદોમાંથી શરીરને બચાવી લે છે.

૫. તમે તમારૂં શરીર અને તમારાં વસ્ત્ર ચોખ્ખાં રાખો; તેની સાથે તમારા ઘરમાં પણ સર્વત્ર ચોખ્ખાઇ રાખો. ઘરનાં ભોંયતળીયાં, ઘરનાં વાસણ, રસોડું, વગેરે નિત્ય સંપૂર્ણ સાફ કરવાં. પતિને પહેરવાનાં કપડાં નિત્ય તપાસવાં અને મેલાં પેરણ અને ખીસ્સામાં રાખવાના રૂમાલ, અને ઓછાડ રોજ હાથે ધોઇ નાંખવાં; બીજાં મેલાં કપડાં ધોબીને ધોવા આપવા જુદાં કાઢવાં; દેરાણી જેઠાણીનાં કે ઘરનાં બીજાં નાનાં બાળબચ્ચાંઓને રોજ પ્રીતિથી નવરાવવાં અને તેમને ચોખ્ખાં કપડાં પહેરાવવાં.

૬. ઘરનું આંગણું, ઘરની ખાળ, મોરીઓ અને કુંડીઓ રોજ-રોજ તમારે જાતે સાફ કરવી. આવા કામમાં તમારે જરા પણ કંટાળો લાવવો નહિ, કેમકે જો એ સર્વમાં ગંદકી થશે તો આખા ઘરની આરોગ્યતાને નુકશાન પહોંચી જશે. ઝાડો પેશાબ સાફ નહિ આવવાથી જેમ બેચેની રહે છે અને શરીર બગડે છે, એવીજ રીતે ઘરની ખાળો, અને કુંડીઓ સાફ ન રહેવાથી ઘરની હવા બગડીને આખા ઘરનાં માણસોનાં શરીરને બગાડે છે.

૭. બહેનો ! ઘરની ખાવા પીવાની વસ્તુઓ અને સીધા સામાનને તૈયાર કરવો, એ તમારૂં મુખ્ય કામ છે, પણ તે કામમાં ઘણીજ સંભાળ રાખવાની જરૂર છે. વારંવાર બજારમાંથી જે વસ્તુઓ ઘરમાં આવે છે તેમાં ધૂળ, માટી, કાંકરા, લીંડીઓ, વગેરે અનેક નુકશાનકારક અને ગંદી વસ્તુઓ ભળેલી હોય છે. દાણોદુણી જાતે સંભાળપૂર્વક સાફ કર્યા વિના તમે દળશો નહિ કે દળવા દેશો નહિ કે રસોઇના કામમાં બેસશો નહિ, જે દાણો બજારમાંથી વેપારીની

વખારમાંથી ઘરમાં આવે છે તેમાં જનાવરોનાં મળમૂત્ર, કૂતરાં બિલાડાંની વિષ્ટા, ઉંદરોની લીંડીઓ અને ઉંદરોનો પેશાબ—ઇત્યાદિ અનેક પ્રકારની ગંદકી મળેલી હોય છે. જો તમો સ્વચ્છતાના ઉંચા નિયમોને સમજી શકો અને પાળી શકો તો આવો બજારૂ દાણો તમારે ધોયા વિના કે છેવટ કપડેથી મસળી કાઢી તાપમાં રાખ્યા વિના કદિ પણ ઉપયોગમાં લેવો નહિ.

૮. રસોઇ તૈયાર કરવામાં ઘણીજ સ્વચ્છતા રાખવી, એ તમારૂં ઘણુંજ અગત્યનું કામ છે. ખોરાક જીંદગીને જરૂરની વસ્તુ છે, પણ એજ ખોરાક સ્વચ્છતાથી તૈયાર ન થાય તો જીંદગીને નુકશાન પણ કરી નાખે છે. રસોઇનાં વાસણો ઘણાંજ ચોખ્ખાં હોવાં જોઇએ; ઉત્તમ પ્રકારની કલઇ દીધેલાં હોવાં જોઇએ. રાંધેલા ચોખાની તપેલી કે ખાધેલી થાળી બરાબર ઉટકાય નહિ, તો તેમાં ચોંટી રહેલા જરા જેટલા એઠવાડમાં બીજે દહાડે અસંખ્ય જંતુઓ પેદા થાય છે અને એ થાળીમાં ખાવાથી એ જંતુઓ ખાનારના પેટમાં જઇ અનેક દરદો પેદા કરે. બહેનો આ વાત નજીવી કે હસવા જેવી નથી. બ્રાહ્મણ વગેરે ઉંચ વર્ણના લોકો આ પ્રકારની વધારે સુઘડતા અને પવિત્રતા પાળે છે, તેનું એજ કારણ છે.

૯. રાંધેલું અન્ન જલદી બગડવા લાગે છે, માટે બનતાં સુધી વાસી અન્ન તમે તમારા ઘરનાં માણસોને આપશો નહિ. નરમ ખોરાકમાં વધારે જલદી ફેરફાર થવા લાગે છે, માટે તે તો એ વખત તાજોજ રાંધી આપવો; વળી રાંધેલો ખોરાક ઉઘાડો જરા વાર પણ રાખવો નહિ. કેમકે માખીઓ વગેરે જંતુઓ પોતાની સુંઢમાં, પગમાં અને પાંખોમાં, અનેક પ્રકારની ગંદકી લાવીને ખોરાકમાં મૂકે છે. ઘરની અને રસોડાની સ્વચ્છતા એવાં જંતુઓને દૂર રાખે છે. ફુવડ સ્ત્રીઓના રસોડામાં માખીઓ બણબણતી હોય છે. માટે તમારૂં રસોડું અને ભોજનશાળા એવાં સ્વચ્છ રાખો કે માખીઓ આવેજ નહિ.

૧૦. બહેનો ! ઘરનાં માણુસોને માટે રસોઈ કરવી, એ તમારાં સર્વ કામોમાં મુખ્ય કામ છે, અને તેથી તે કામમાં બીલકુલ કંટાળો નહિ લાવતાં ઘણાજ ઉત્સાહથી અને આનંદથી તે કામ તમારે કરવું. તમો રસોઇ જેટલા આનંદથી અને પ્રેમથી કરશો એટલો તેમાં વધારે સ્વાદ ઉત્પન્ન થશે. આ વાત અનુમાનની નથી, પણુ ખરી છે. રસોઇ કરતાં કરતાં તમારે બીજી કુથલી કે કલેશની વાત કરવી નહિ, પણુ તમારૂં બધું લક્ષ રસોઇના કામમાંજ રાખવું, અને "મારા પતિને માટે તથા સાસુ સસરા માટે સુંદર રસોઇ તૈયાર કરી તેમને પ્રસન્ન કરૂં" એજ તમારો સંકલ્પ હોવો જોઇએ; અને રસોઇ કરતાં કરતાં આ સંકલ્પ જેટલો વધારશો એટલી વધારે મીઠાશ તમારી રસોઇમાં આવશે, એ વાત સત્ય કરીને માનજો.

૧૧. બહેનો ! તમે તમારા ઘરનાં માણુસોને ઘણા પ્રસન્ન ચિત્તથી જમાડજો. પીરસતાં પીરસતાં તમારા મનના ઉત્તમ ભાવો તેમાં નાખતાં જજો. "આ ભોજન મારા પતિને તથા મારાં સાસુ સસરા વગેરેને અમૃતરૂપ થજો." એવા તમારા મનના સંકલ્પની કીંમત કેવડી મોટી છે, તે તમો જાણો છો ? તમે તમારા ઘરની ગૃહિણી છો, દેવી છો, અને જે ઘરમાં આવા ઉત્તમ ભાવવાળી દેવીઓ વસે છે તે ઘરમાં દેવોનો વાસ છે, એમ શાસ્ત્રકારો પણુ કહે છે.

૧૨. બહેનો ! ભોજન તૈયાર કરવાના સંબંધમાં એક બીજી અગત્યની વાત તરફ તમારૂં લક્ષ દોરૂં છું. આપણાં કુટુંબોનો પુરૂષ વર્ગ ખાવાપીવામાં મોટે ભાગે સ્ત્રીવર્ગની સત્તા નીચે છે. બહેનો ! આ ઉત્તમ અધિકારનો કેવો ઉપયોગ કરવો, તેનો તમે વિચાર કરો. ઘરનાં માણુસોને તમે જેવો ખોરાક તૈયાર કરીને આપો છો તેવો તેઓ ખાય છે. તમારાં ઘરનાં માણુસોને જે પ્રકારના સ્વાદ ઉપર ચડાવો તે સ્વાદે ચડવાને તેઓ તૈયાર છે ! તમારા ઘરનાં બાળકોને ખાંડના

ખોબા ભરી ભરીને આપો તો તેઓ સ્વાદથી ખાવા લાગે છે. તમારા ઘરનાં માણસોને માટે મરચાંની ચટણી, મસાલા, અને જુદાં જુદાં અથાણું બનાવી પીરસો તો તેઓ એવા એવા સ્વાદ ઉપર ચડવાનાંજ ! અને પછી તેઓ એ સ્વાદને આધીન બનવાનાંજ! ઘરના પુરૂષોને ભજીયાં, ફુલવડી, વાલપાપડી, ઢોકળાં, મૂઠીઆંનો નિત્ય સ્વાદ ચખાડો, એટલે પછી તેમને એ વસ્તુઓ વિના જમવામાં મજા પડશે નહિ! ઘરનાં છોકરાંઓને કે મોટાંઓને એકવાર એકાદ વસ્તુનો કે સ્વાદનો શોખ લાગ્યો, એટલે પછી તેમને તે વિના ચાલશે નહિ; તમે નહિ આપો તો માગી લેશે. અને છેવટ ચોરી ચાટીને પણ ખાશે. બહેનો! તમારા કારભારમાં આવું અંધેર નહિજ ચાલવું જોઇએ. તમારા ઘરનાં માણસોની તન્દુરસ્તીની આખી ચાવી તમારા હાથમાં છે. તમે ધારો તો તેમને સાદા મિતાહારી અને સાત્વિક પ્રકૃતિનાં બનાવી શકો છો, તમે ધારો તો તેમને બહુ ખાનારાં, સવાદીઆં અને તામસી પ્રકૃતિનાં પણ બનાવો! બહેનો! જે ઘરની સમજુ સ્ત્રીઓ આ વાતને સમજી શકે છે તેઓ પોતાની સમજણનો ઉપયોગ કરીને ઘરનાં માણસોના ખાનપાન ઉપર સારો અંકુશ રાખી શકે છે. પણ દુર્ભાગ્યે એવી શાણી સ્ત્રીઓ હાલમાં થોડી જોવામાં આવે છે; ખાનપાનની શરીર ઉપર અને મન ઉપર શું અસર થાય છે, તેનું ઘણીખરી સ્ત્રીઓને જ્ઞાન નથી, અને તેનું પરિણામ કુટુંબની આરોગ્યતા ઉપર ઘણું ખરાબ આવેલું છે. તમારે પાકશાસ્ત્રમાં પ્રવીણ થવું જોઇએ, અને એ પ્રવિણતાનો ઉપયોગ આખો દિવસ જીભના સ્વાદ ઉપર નહિ ચલવવો, પણ તમારા ઘરનાં માણસોની તન્દુરસ્તી પુરતો કરવો એ મારી તમોને ખાસ ભલામણ છે.

૧૩. અતિ ગળ્યા કે મીઠા પદાર્થો નાનાં મોટાં સૌની હોજરીને બગાડે છે, અને પાચનશક્તિને મંદ પાડે છે; અતિ તીખા, અતિ

ખારા અને અતિ ખાટા પદાર્થો લોહીને તપાવે છે અને આંતરડાંના રસોને બગાડીને ચામડીનાં ઘણાં દરદો પેદા કરે છે. ઘરનું એક માણુસ ખાટા ઓડકારની ફર્યાદ કરતું હોય છે, બીજું માણુસ ગળધરી બળ્યાની ફરીયાદ કરી રહ્યું હોય છે; ત્રીજું માણુસ પેટમાં પવન પકડવાની ફરીયાદ કર્યા કરતું હોય છે, ત્યારે ચોથું માણુસ ખરજવું, ખસ, લુખસ કે શીળસ (વારંવાર શરીર ઉપર ઢ્રામઠાં ઉપડી આવે અને એની મેળે બેસી જાય અને અત્યંત ચળ ઉપડે તે દરદ) જેવા લોહી બીગાડની ફરીયાદ કરતું હોય છે; આ દરદો શું છે? આ દરદો તમારા રસોડામાંથીજ તમને વળગે છે, એ વાત તમે નિશ્ચય કરીને માનજો. માટે બહેનો, પુત્રીઓ! તમે ખાવા પીવામાં સાત્વિક અને સાદી થજો અને તમારા ઘરનાં માણુસોને પણ સાત્વિક, સાદાં અને નિરોગી બનાવજો, એજ આ સર્વ વાતનો સાર છે.

૧૪. હજી એકાદ ઉપયોગી વાત કહેવી બાકી છે. આપણાં કુટુંબોમાં આગ્રહ અને તાણ કરીને ખવરાવવાનો ખરાબ ચાલ પડયો છે. આ ચાલ ઘણોજ નુકસાનકારક છે. જે સ્ત્રીઓ ઘરનાં માણુસોને તાણ કરીને લલચાવીને વધારે ખવરાવે છે તેઓ તેમની હિતશત્રુ છે, અર્થાત્ કરવા જાય છે હેત, પણ કામ શત્રુનું કરે છે. હું તો તમને ત્યાં સુધી પણ સલાહ આપું છું કે ઘરનાં જે બેખબરાં માણુસો ખાવામાં કોઇ જાતનો અંદાજ ન રાખતાં ખાખા કરતાં હોય તેમના ઉપર તમારે ઉલટો અંકુશ રાખવો; તેમની બહુ ખાવાની ટેવ ધીમે ધીમે છોડાવવી, અને તેમની તબીઅતને માફક આવે એવો અને માફક આવે એટલોજ ખોરાક આપવાની ખબરદારી રાખવી, એ પણ તમારૂં કામ છે.

૧૫. બહેનો! પુત્રીઓ! હું તમોને કોની ઉપમા આપું! જ્યારે હાલના હિંદી સંસારે તમારો દરજ્જો ઉતારી પાડયો છે, ત્યારે હું તો એમ

કહું છું કે તમો અમારાં આર્ય કુટુંબોની શોભા છો, તમો અમારાં ઘરનો શણગાર છો–ગૃહિણી કહો, કે ગૃહદેવી કહો, કે કુટુંબોની તરણી કહો, તે સર્વ તમે છો! તમારો સદાચાર એજ અમારો પુરૂષોનો સદાચાર છે, તમારો સ્વભાવ એજ અમારો સ્વભાવ છે, તમારા મુખની મધુરતા એજ અમારી મધુરતા છે, તમારૂં શહાણપણ એજ અમારૂં શહાણપણ છે. તમોજ કુટુંબોની તરણી એટલે તારનાર છો, અને તમોજ સર્વસ્વ છો. માટે તમો એ સર્વોતમ પદને લાયક બનીને ઉત્તમ ગૃહિણી નીવડો, એજ મારી ઇચ્છા છે અને એજ મારો આશિર્વાદ છે.

૧૬. બેહેનો! શારીરિક આરોગ્ય અથવા તંદુરસ્તીના સંબંધમાં કુટુંબોમાં ભારે અજ્ઞાન ચાલે છે. એ વિષયમાં વિસ્તારથી કહેવા જેટલી અહીં જગા નથી. તોપણ તમને મારી સલાહ એ છે કે કુટુંબમાં કોઇ પણ માંદુ પડે તો તમે ઘણી હોંસથી તેની સારવાર કરવા મંડી જજો. મોટી મોટી હૉસ્પીટલોમાં એ કામ પરિચારિકા (Nurse) કરે છે. પરિચારિકા એટલે માંદાની માવજત કરનાર સ્ત્રી. તમારૂં સ્ત્રીઓનું હૃદય બહુ કોમળ અને દયાળુ હોય છે અને તેથી પુરૂષો કરતાં તમો સ્ત્રીઓ આ દયાના કામને માટે વધારે વિશ્વાસપાત્ર છો. કુટુંબોમાં તમે પોતે પરિચારિકા છો, પણ તે કામ જેટલું અગત્યનું છે એટલુંજ જોખમનું અને જવાબદારીનું છે, માટે કુટુંબોની વિશ્વાસપાત્ર પરિચારિકા બનવા માટે તમારે પરિચર્યાનાં એટલે દરદીની સારવાર સંબંધી ઉપયોગી પુસ્તકો વાંચીને તેનું સારૂં જ્ઞાન મેળવવું જોઇએ અને તમારે દરેકે ઉત્તમ પરિચારિકા બનવું જોઇએ.

૧૭. દરદોના સંબંધમાં કેટલીક વહેમની વાતો કુટુંબોમાં અને અજ્ઞાન સ્ત્રીઓમાં ઘુસી ગઈ છે. માણસોને–પુરૂષોને સ્ત્રીઓને કે બાળકોને–જે જે દરદો થાય છે તે તેમનું શરીર કે મન બગડવાથીજ થાય છે. વહેમ વળગાડની વાતોને તમો માનશો નહિ. પાખંડી બાવા

ફકીર કે ઠગી લોકોની વાતને સાંભળશો નહિ. વહેમી અને મૂર્ખ સ્ત્રીઓની વહેમની વાતોને તમો કાન દેશો નહિ.

૧૮. બ્હેનો! ઘરમાં કોઈ માંદું પડે કે તમે ઝીણી નજરથી તેનો વિચાર કરવાની ટેવ રાખજો. ઘરમાં મંદવાડ શું કારણથી આવ્યો તેનો તમે તપાસ કરતાં રહેજો. ખરાબ હવા, બહુ તાપ, બહુ ટાઢ, ખરાબ પાણી, અંધારૂં અને ખાવા પીવામાં બેદરકારી, એ મંદવાડનાં મુખ્ય કારણો હોય છે. માટે એ સર્વ વાતો તરફ તમે બારીક લક્ષ આપીને તપાસ કરવાની આદત રાખજો.

૧૯. બહેનો! હવા, અજવાળું અને પાણી એ ત્રણ વસ્તુની કીંમત આપણાં અજ્ઞાન કુટુંબો ભૂલી ગયાં છે. તમે એ ત્રણે વસ્તુનો મહિમા પુનઃ તમારા ઘરમાં સ્થાપજો. એ ત્રણેને આપણા શાસ્ત્રકારોએ દેવ તરીકે માન્યાં છે; પણ એ દેવોનું સ્વરૂપ આપણે સમજ્યાં નથી, તેથી તેનાથી ઉલટાં બી બીને નાસીએ છીએ. આપણે એ દેવોનું નિત્ય પૂજન કરવું જોઇએ અને તેની રોજ રોજ ઉપાસના કરવી જોઇએ.

૨૦. બહેનો! આપણે સૌ સવારમાં ઉઠીને દાતણ કરીને સૂર્ય દેવનાં દર્શન કરીએ છીએ અને તમો સ્ત્રીઓ તો મીઠડાં પણ લો છો, પણ શા માટે લો છો તે તમો સમજો છો? એ સૂર્યદેવ આપણા પ્રાણ છે. આપણી જીંદગીનું રક્ષણ કરવાવાળા છે; માટે એ દેવનાં કિરણો તથા તડકાનું સેવન કરવું, એટલુંજ નહિ પણ બારી બારણાં મારફત તમારા ઘરમાં પણ એ દેવને પધરાવવા. ઘણીક અજ્ઞાન સ્ત્રીઓ પોતાના ઘરનાં બારી બારણાં બંધ કરીને અંધારે ગોંધાઈ રહે છે અને સૂર્ય ભગવાનનો ઉલટો અનાદર કરે છે. સ્ત્રીવર્ગ આવા અજ્ઞાનથી અંધારા ઘરમાં ગોંધાઇ રહી ઘણાંક દરદોથી પીડાય છે.

૨૧. હવા પણ પ્રાણ છે. આ પ્રાણવાયુના સામે તમે તમારા ઘરનાં બારી બારણાં ભટોભટ બંધ કરવાની કદી પણ મૂર્ખાઇ કરશો નહિ. અજ્ઞાન સ્ત્રીઓ હવાં એટલે પવનથી ડરે છે, પણ તેમને ખબર

નથી કે તે તો આપણા પ્રાણ છે. હવા તથા તાપ વિના જેમ કુમળાં ઝાડ કરમાઈ જાય છે તેમ હવા તથા અજવાળાં વિના નાનાં બચ્ચાંઓ કરમાઇ જાય છે, અને મરી જાય છે. મોટી ઉમરનાં માણસો પણ પુરતી ચોખ્ખી હવા નહિ મળવાથી માંદાં પડે છે. માટે તમારી તથા તમારા ઘરનાં માણસોની તંદુરસ્તી જાળવવા માટે તમારા ઘરમાં **मरुत्** એટલે પવનના દેવને રાત દિવસ આવવા દેજો; અર્થાત્ તમારા વસવાના ઘરમાં આ દેવનો સદૈવ સત્કાર કરજો.

૨૨. બહેનો! નદી તથા તળાવને કાંઠે જઇ ગંગાસ્નાન કરો છો અને વારંવાર તેનાં દર્શન તથા મીઠડાં લો છો! પણ તેનો અર્થ શું? માત્ર પાણીને કાંઠે જઇ તેનાં મીઠડાં લેવાં અને સ્નાન કરવું, એટલું બસ નથી. એ દેવનો બધો મહિમા તમારે સમજવો જોઇએ. સ્વચ્છ પાણી આપણી જીંદગીનું એક જીવન છે; તે તરસને મટાડે છે, એટલુંજ નહિ; તે સર્વ ઔષધોનું ઔષધ છે; સર્વ પ્રકારનાં પાપોને ધોનારૂં અને સર્વ જાતની મલિનતાનો નાશ કરનારૂં અમૃત છે. એ **वरुण** દેવને એટલે જળને બગાડવાનું શાસ્ત્રમાં પાપ અને પ્રાયશ્ચિત લખ્યું છે. બહેનો! તમો આ દેવની જળાશય ઉપર જઇ ભલે નિત્ય પૂજા કરો અને કંકુ તથા ચોખાવડે તેને વધાવો! પણ એ દેવને તમારે ઘેર પણ એવીજ પવિત્રતાથી પધરાવજો; તેને તમારા ઘરમાં અપવિત્ર થવા દેશો નહિ. ચોખામાં ચોખા પ્રાતઃકાળના નિર્મળ જળને તમારે ઘેર પધરાવો, માંજેલા પવિત્ર પાત્રમાં તેનું રક્ષણ કરો, અને સંપૂર્ણ ભક્તિથી એ દેવનું સેવન કરો; તમે સમજ્યાં? આ પવિત્ર પાણીનો તમે પ્રેમથી અને છુટથી ઉપયોગ કરીને તમારાં શરીર, તમારાં વસ્ત્ર, તમારાં ઘર, અને ઘરનાં સર્વ માણસોના મેલપાપને ધોવામાં તેનો છુટથી ઉપયોગ કરજો અને કરવા દેજો. આ દેવનો અનાદર કરશો નહિ, એટલે ઘરમાં સ્વચ્છ પાણી ભરી મુકવાની કંજુસાઇ કરશો નહિ!

૨૩. બહેનો! પડોશી, મેમાન કે પરદેશી તમારે ઘેર આવે તેનું સન્માન કરજો. ગૃહસ્થાશ્રમ પરોપકારને માટે છે. જો ગૃહસ્થાશ્રમનો મહિમા સમજીને વર્તશો તો ગૃહસ્થાશ્રમ વડે તમે ઘણું અને ઘણાનું કલ્યાણ કરી શકશો. બીજાઓનું કલ્યાણ કરવું, એજ ગૃહસ્થાશ્રમીનો મુખ્ય ધર્મ છે અને એ કલ્યાણમાં તમારા પોતાના કલ્યાણનો સમાવેશ થઇ જાય છે.

૨૪. બહેનો! જે ગૃહસ્થાશ્રમમાં તમો પ્રવેશ કરો છો તે ગૃહસ્થાશ્રમ કેવો હોવો જોઇએ. તેને માટે નીચેનું શુભાષિતરત્નભાંડાગારનું વચન સાંભળો:—

सानंदं सदनं सुतास्तुसुधियः कांताऽमृतं भाषिणि।
इच्छाज्ञानधनं स्वयोषितिं रतिः स्वाज्ञापराः सेवकाः ॥
आतिथ्यं शिवपूजनं प्रतिदिनं मिष्टान्नपानं गृहे।
साधोः संगमुपासते हि सततं धन्यो गृहस्थाश्रमः ॥

કવિ શું કહે છે? તે કહે છે કે "જે ઘરમાં આનંદ એટલે હર્ષ અને ખુશાલીનો વાસ હોય, જે ઘરના પુત્રો સારી બુદ્ધિવાળા હોય, જે ઘરની સ્ત્રીની વાણી અમૃત જેવી મીઠી હોય, જે ઘરમાં જ્ઞાન એજ ધન મનાતું હોય, જે ઘરમાં પોતાની પત્ની ઉપર પ્રેમ હોય, જે ઘરના ચાકરો આજ્ઞાંકિત હોય, જે ઘરમાં અતિથિની એટલે મેમાનની સારી બરદાસ થતી હોય, જે ઘરમાં રોજ શિવનું એટલે કલ્યાણનું પૂજન થતું હોય, અર્થાત્ બીજાંઓનું કલ્યાણ કેવી રીતે કરવું તેનોજ જે ઘરમાં વિચાર ચાલતો હોય, જે ઘરમાં મધુર અન્નપાન થતાં હોય, જે ઘરનાં માણસોને નિત્ય સાધુ એટલે સજ્જન પુરૂષોનો સમાગમ થતો હોય, તે ઘર અને તે ગૃહસ્થાશ્રમ ધન્ય છે!"

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર.

સ્ત્રી સમાજોની જરૂર.

આ અતિ બોધદાયક ચોપડીનું નામ "પુત્રીને માની શીખામણ" એવું રાખેલુ છે, અને તેમાં માએ પુત્રીને જે શીખામણ આપેલી છે તે દરેક પુત્રીએ લક્ષમાં રાખવા જેવી છે. પણ અત્રે જે શીખામણ માએ પુત્રીને આપેલી છે, એવી શીખામણ આપવાને લાયક માતાઓ ક્યાં છે? આ દેશમાં એવી માતાઓ કદિ હશે તો ઘણી થોડી છે. માટે માતાઓને પણ જ્ઞાનની તથા ઉપદેશની હાલમાં ઘણી જરૂર છે. એ જ્ઞાન તથા ઉપદેશની પ્રાપ્તિ માટે કથા વાર્તાથી ઉપદેશ આપવાની જુની રીત નાબુદ થઈ ગઈ છે. સમયાનુસાર સ્ત્રીઓની મંડળીઓ, સભાઓ અને સંમેલનો (conference) સ્થપાય અને કુલીન તથા વિદ્વાન સ્ત્રીઓના મુખથી કે વૃદ્ધ ડાહ્યા પુરૂષોના મુખથી જ્યાં ઉપદેશ અપાય એવી સંસ્થાઓ ગામે ગામ અને નાતેનાત તરફથી સ્થાપવાની જરૂર છે.

આપણા સંસારની સ્ત્રીઓ અજ્ઞાનતામાં સબડયા કરે છે. તેમને ધર્મસંબંધી કાંઇ પણ વાસ્તવિક જ્ઞાન નથી, એટલુંજ નહિ પણ સંસાર સંબંધી કે બીજું વ્યવહારિક કે શરીર સંરક્ષણ સંબંધી જ્ઞાન પણ ઘણું ઓછું છે, અથવા નથી, એમ કહીએ તો ખોટું નથી. જ્ઞાન વિના આપણી જીંદગી છેક નકામી છે. ધર્મ સંબંધી અને બાહ્ય આચારો સંબંધી આપણી સ્ત્રીઓ બહુ આડંબરથી ડાહી ડાહી (અમે કહીએ છીએ કે ગાંડી ગાંડી) વાતો પોળોમાં અને ચકલામાં ચાલતી કર્યા કરે છે, ધર્મ એ શું ચીજ છે, અને આચાર એ શું વસ્તુ છે, તે સંબંધી તેમના અંતઃકરણમાં કાંઇ પણ ખરા કે શુદ્ધ સંસ્કારો હોતા નથી. આપણા ઘણાક ઉપદેશકો પણ પોતાનું કર્તવ્ય કરવામાંથી પરાઙ્મુખ થયા છે અને ભળતીજ વાતોથી શ્રોતાઓને અજ્ઞાનના અથવા ભ્રમના અવળા પાટા બંધાવે છે. આવી સ્થિતિ સર્વત્ર થયેલી જોવામાં આવે છે.

અજ્ઞાન અને અભણ સ્ત્રીઓને ધર્મ સંબંધી ઉંચા અને ન સમજી શકે એવા તત્વજ્ઞાનથી ભરેલી વાતોની હાલ જરૂર નથી. પોતાનો સંસાર સારી રીતે કરકસરથી, વિવેકથી, શાંતિથી અને પ્રતિષ્ઠાથી ચલવી શકે અને ધર્મના આચારોના ખરા મર્મને સમજી શકે તથા તે પ્રમાણે વર્ત્તે, એવા ઉપદેશની જરૂર છે. આવો ઉપદેશ સ્ત્રીઓની સભાઓમાં અને મંડળીઓમાં થવાની જરૂર છે અને તેથી સર્વત્ર સ્ત્રીઓની મંડળીઓ અને સમાજો સ્થપાવાની જરૂર છે. મુંબઇમાં **સેવાસદન** અને સુરતમાં **વનિતા વિશ્રામ** એ બે ખાતાંઓ હાલમાં સ્થપાયાં છે, અને એજ ઉદ્દેશથી અને એવાજ પ્રયાસથી નાના મોટા સર્વ સ્થળમાં સ્ત્રીઓનાં મંડળો સ્થપાય અને ત્યાં નિરંતર એટલે રોજ અથવા આઠ આઠ દહાડે વ્યાખ્યાનો, ઉપદેશો અને નીતિ તથા જ્ઞાનની કથા વાર્ત્તાઓ થયા કરે, એવી વ્યવસ્થા કરવાની જરૂર છે. આ કામ પુરૂષોએ ઉપાડી લેવાની જરૂર છે અને સ્ત્રીવર્ગના ઉદ્ધાર માટે તે કામ વેળાસર હાથમાં ધરવાની જરૂર છે. સ્ત્રીઓની કેળવણી અને ઉન્નતિ ઉપરજ આપણા આખા સંસારની ઉન્નતિનો આધાર છે, કેમકે સારી સ્ત્રીઓજ સારા પુરૂષોને પેદા કરી શકે.

સ્ત્રીઓને જ્ઞાન આપવાનું અને સુધારવાનું કામ અત્યાર સુધી ધર્મના આચાર્યો, સાધુઓ, સાધ્વીઓ અને કથાવાર્તા કરનારા વિદ્વાન બ્રાહ્મણોના હાથમાં હતું. પ્રથમ જણાવ્યા પ્રમાણે જ્યારે જ્ઞાન અને ઉપદેશની આ જુની પ્રણાલિકા લગભગ તુટી ગઇ છે, ત્યારે હવે તે કામ સ્ત્રીવર્ગમાં જે સ્ત્રીઓ જ્ઞાન, વિદ્યા અને પ્રતિષ્ઠામાં સમાજ મધ્યે માનવંતો દરજ્જો ધરાવે છે તેમના હાથમાં આવી પડેલ છે. આવી વયોવૃદ્ધ, પાકી બુદ્ધિની અને અનુભવી કુલિન સ્ત્રીઓએ આ કામ ઉપાડી લેવું જોઇએ અને તેમણે આગળ પડીને પોતાની આસપાસ સ્ત્રીઓની મંડળીને એકત્ર કરીને તેમને જ્ઞાન આપવું

અપાવવું જોઇએ. આવી સ્ત્રીમંડળીમાં ઉત્તમ સ્ત્રીઓનાં ચરિત્રો વાંચવાં, ગૃહસંસાર ચલાવવાના વ્યવહારિક જ્ઞાનનો ઉપદેશ આપવો, ધર્મ સંબંધી મૂળતત્વોના સાદામાં સાદા નિયમો સમજાવવા, સદાચાર સંબંધી ગળે ઉતરે એવી વાતો દાખલા દ્રષ્ટાંતથી કરવી, અને શરીર રક્ષણુ તથા પવિર્ત્રતાના ઉત્તમ નિયમો સંબંધી વિવેચનો કરવાં. સાથે સાથે ગૃહકાર્ય, પાકશાસ્ત્ર, સ્વચ્છતા, અને માંદાઓની સારવાર* કરવા સંબંધી જ્ઞાનના પાઠ પણુ આપવા. આ સર્વ કાર્ય મુખ્યત્વે કરીને સમાજની વડિલ અને વિધવા સ્ત્રીઓએ ઉપાડી લેવું જોઇએ. છેવટ પણુ મારી એ પ્રાર્થના છે કે સ્ત્રીઓની ઉન્નતિમાંજ સંસારની ઉન્નતિ છે, માટે સ્ત્રીઓની સ્થિતિ સુધારવાના પ્રયાસો પ્રથમ કરવાની જરૂર છે. પુરૂષોએ બીજાં બધાં કાર્યો પાછળ રાખીને સંસારમાં સ્ત્રીઓની સ્થિતિ સુધારવાના અને સ્ત્રીઓના દરજ્જાને વધારવાના કાર્યને પ્રથમ ઉપાડી લેવાની જરૂર છે. સ્ત્રીઓમાં ઉપયોગી જ્ઞાન વધે તો સર્વ પ્રકારની સુધારણા કરવામાં પુરૂષોની ઘણીક મહેનત ઓછી થઇ જાય.

અમદાવાદ	વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી,
તા. ૧–૨–૧૯૧૩.	તંત્રી–વૈદ્યકલ્પતરૂ.



---

* આવું સર્વ પ્રકારનું ઉપયોગી જ્ઞાન અને ગૃહશિક્ષણ મળી શકે એવું એક પુસ્તક નામે “ રોગી પરિચર્યા ” અમારા તરફથી પ્રગટ થયું છે તે ઘેરેઘેર વાંચવાની અમો ભલામણુ કરીએ છીએ.

"રોગીપરિચર્યા" વિષે અભિપ્રાય.

ગુ. હિં. સ્ત્રીમંડળનાં પ્રમુખ અને સેવાસદનનાં વાઇસ પ્રેસિડન્ટ સૌ૦ જમનાબાઈ નગીનદાસ સક્કઈ તરફનો અભિપ્રાયઃ—

શ્રીયુત સાક્ષર રા. રા. વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી.

મુ. અમદાવાદ.

તમોએ પ્રસિદ્ધ કરેલી 'રોગીપરિચર્યા'ની બુક નિઃસ્વાર્થપણે મને અર્પણ કરી છે તેને માટે તમારો આભાર માનવાની રજા લઉં છું.

આ પુસ્તક ખાસ સ્ત્રીઓને વાંચવા લાયક છે, તેમાં સમાયેલ દરેક બાબતો સ્ત્રીઓ લક્ષપૂર્વક વાંચી તે પ્રમાણે વર્ત્તન કરવાને પોતાના મન ઉપર કાબુ ધરાવે તો હું મારો ખાસ અભિપ્રાય ધરાવું છું કે હિંદુસ્તાનમાં કોઈ પણ સ્ત્રી પોતાને લાગેલા બુરા રોગને જરૂર નાબુદ કરી શકે. આવાં ઉત્તમ પુસ્તક પ્રસિદ્ધ કરી જનસમાજની સેવા અર્થે તમારા ઉમદા જ્ઞાનનો અને અનુભવનો લાભ આપો છો, તેને માટે આ પ્રસંગે તમારાં વખાણ કરવાને પુરતા શબ્દો નથી. એટલું તો ચોક્કસ છે કે સ્ત્રીના બંધારણ ઉપર દેશનું અને પ્રજાનું બંધારણ છે. તમારો પ્રયાસ સફળ છે અને તમારી આવી વૃદ્ધ વયે આવાં સાર્વજનિક હિતનાં કામો કરવામાં દયાળુ પ્રભુ તમોને શક્તિ આપો એવું ઇચ્છું છું.

લિ. શુભેચ્છક બ્હેન

જમનાબાઈ નગીનદાસ સક્કઈ.

શારીરિક, માનસિક અને આત્મિક ઉન્નતિ

પ્રાપ્ત કરવાનું સર્વોત્તમ સાધન.

વૈદ્યકલ્પતરૂ

હરેક ઘરમાં નિત્ય વંચાવું જોઇએ.

સને ૧૯૧૩ ના જાનેવારીથી ૧૮ મું વર્ષ શરૂ.

દર વર્ષે એક ઉપયોગી વૈદક પુસ્તક ભેટ.

નમુનાની નકલ મંગાવી ખાત્રી કરો.

વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૧-૯-૦.